jules a jim

PROČ JE WELLBEING UČITELŮ DŮLEŽITÝ?

1 SYNDROMU VYHOŘENÍ

Chrání před vyčerpáním a dlouhodobým stresem.

2 ZLEPŠENÍ KVALITY VÝUKY

Umožňuje plnější zapojení, kreativitu a energii v hodinách.

3 POSÍLENÍ TÝMOVÝCH VZTAHŮ

Vytváří podporující a spolupracující prostředí ve sborovně.

4 ZDRAVÍ A ODOLNOST

Zvyšuje fyzickou i psychickou odolnost vůči nárokům profese.

5 PŘÍKLAD PRO ŽÁKY

Inspiruje žáky, jak si vážit vlastního zdraví a rovnováhy.

Učitel, který se o sebe stará, **učí děti si vážit svého zdraví.**

Pamatuj, že wellbeing je důležitý! 😊